



Unplugged - Année 3

Collège Bibracte – Château-Chinon



Année scolaire 2021-2022

Réalisation du rapport par :
Chloé RONDEAU – Chargée de projets prévention 58 Tab'agir



Table des matières

1.	INTRODUCTION	2
1.1.	Contexte actuel	2
1.2.	Qu'est-ce Unplugged ?	2
1.3.	Déploiement sur le territoire Français	3
1.4.	Mise en place du programme Unplugged au collège Bibracte de Château-Chinon	4
1.5.	Les acteurs du projet.....	4
2.	DÉROULÉ DU PROGRAMME	6
2.1.	Lancement d'Unplugged	6
2.2.	Déroulé des séances.....	6
2.3.	Construction des séances du projet	7
2.4.	Présentation synthétique des 12 séances.....	7
3.	Évaluation de l'action	11
3.1.	Questionnaires de satisfaction à destination des jeunes.....	11
3.2.	Questionnaire à destination des coanimateurs	12
a.	Questionnaire d'évaluation de Santé Publique France.....	12
b.	Questionnaire de satisfaction	13
4.	Bilan global de l'action	14
5.	Conclusion	15
6.	Annexes	16
A.	Présentation des 12 séances Unplugged.....	16
B.	Article de presse.....	17
C.	Interview	17

1. INTRODUCTION

1.1. Contexte actuel

Les consommations de tabac, d'alcool et de cannabis sont fréquentes chez les jeunes français. L'enquête EnCLASS¹, réalisée en 2018, montre une **baisse des consommations** par rapport à 2014.

En effet, **chez les collégiens**, l'expérimentation de **tabac** est passée de 27,8% en 2014 à 21,2% en 2018. Il en est de même pour la **première ivresse** qui est passée de 13,4% à 9,3%. Le constat est **identique pour l'expérimentation de cannabis** qui a reculé de 9,8% à 6,7% en 4 ans. Ainsi, les projets de prévention sont à poursuivre afin que ces chiffres diminuent davantage.

Cependant, on observe que l'expérimentation du tabac **augmente fortement** chaque année à partir de la classe 5^e (+12 points / an), et ceux jusqu'en 2nd où cette augmentation décélère. Cette période semble donc être **charnière** dans la diffusion des produits comme le tabac, l'alcool et le cannabis.

En réponse à ces chiffres évoqués par l'étude EnClass, la **prévention des conduites addictives**, à travers le **renforcement des Compétences PsychoSociales** (CPS) en milieu scolaire et hors scolaire est **primordiale**. En effet, pour accompagner les jeunes à faire face à l'entrée dans les conduites addictives, le renforcement des CPS est préconisé par le **référentiel national « Les compétences psychosociales : un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes »**². L'efficacité des programmes fondés sur le renforcement des CPS a été prouvée. Ils permettent de protéger les jeunes de la consommation ultérieure de produits psychoactifs, les rendent acteurs de leur santé et ont également des effets positifs sur la réussite scolaire, l'estime de soi... Les programmes à déployer sont ceux dits probants, c'est-à-dire étant reconnu et efficace. Parmi ceux-ci, se trouve le programme Unplugged.

Ces programmes doivent, dans la mesure du possible, s'inscrire dans les Comités d'Education à la Santé, à la Citoyenneté et à l'Environnement (CESCE) des établissements concernés ainsi que dans leurs projets éducatifs.

1.2. Qu'est-ce Unplugged ?

C'est un programme de prévention universel des conduites addictives en milieu scolaire, utilisant des méthodes interactives et basé sur le développement des CPS.

Évalué dans 8 pays d'Europe, Unplugged est composé de 12 séances et 1 séance optionnelle sur les écrans de 50 minutes, dont trois orientées sur les substances psychoactives et sont animées sur 13 semaines consécutives.

¹ « Enquête nationale en Collège et en Lycée chez les Adolescents sur la Santé et les Substances ». Tendance n°132 OFDT juin 2019. Enquête réalisée en 2018 auprès de 20 000 collégiens et lycéens âgés de 11 à 18 ans.

² « Les compétences psychosociales : un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes ».

État de connaissances Santé publique France février 2022. Synthèse de l'état des connaissances scientifiques et théoriques réalisé en 2021.

C'est un programme :

- « *Structuré, adoptant une stratégie d'intervention basée sur :*
 - *Le développement des compétences psychosociales (notamment la capacité de résistance à la pression des pairs),*
 - *La correction des croyances normatives (en particulier la correction de la surestimation de la consommation des amis et des pairs du même âge),*
 - *L'amélioration des connaissances sur les produits et leurs effets avec un cadrage sur les effets à court terme,*
- *Délivré en classe par un enseignant préalablement formé,*
- *Incluant 3 séances à destination des parents »³.*

Il est déployé en France depuis 2013, et a débuté dans le département de la Saône et Loire avec le KAIRN 71 auprès de 4 classes. Étendu ensuite dans d'autres départements, il a été évalué en 2017 dans le Loiret par Santé Publique France.

Les résultats de cette enquête⁴ ont démontré :

- Une efficacité à court terme concernant la diminution des expérimentations et consommations récentes du tabac, de l'alcool et du cannabis,
- « *Un effet bénéfique sur les déterminants psychosociaux ciblés par les activités du programme (attitudes relatives aux drogues illicites, compétences psychosociales - notamment capacité à résister à la pression des pairs, consommation perçue des pairs),*
- *Une amélioration du climat scolaire perçu par les élèves. »*

Les 13 séances du programme sont co-animées par un professionnel de la prévention en addiction et un membre de l'équipe éducative du collège.

La Fédération Addiction dispense des formations pour les professionnels des établissements scolaires sur une durée de 2 jours et une formation aux professionnels de la prévention en addiction pendant 3 jours. Dans l'idéal, le nombre de personnes à former est égal au nombre de classes recevant le programme.

Après la première année de coanimation, ces derniers seront amenés à gagner en autonomie dans la mise-en-œuvre du programme. À terme, ils pourront animer la plupart des séances de façon indépendante. Pour cela, la chargée de projets prévention Tab'agir coanimera :

- En année 1, toutes les séances ;
- En année 2, 9 séances ;
- En année 3, 6 séances ;
- En année 4, 3 séances.

Les trois séances spécifiques « conduites addictives » seront toujours coanimées avec un professionnel de la prévention.

1.3. Déploiement sur le territoire Français

La Fédération Addiction a souhaité déployer le programme Unplugged sur l'ensemble du territoire français.

³ Études et enquêtes résultats de l'évaluation du programme « Unplugged » dans le Loiret, Projet de l'Association pour l'écoute et l'accueil en addictologie et toxicomanies (APLEAT Orléans), évalué en 2016-2017 par Santé publique France (Mai 2019)

⁴ <https://www.santepubliquefrance.fr/docs/resultats-de-l-evaluation-du-programme-unplugged-dans-le-loiret>

Pour cela, l'INCA⁵ a soutenu l'initiative et a lancé, en décembre 2018, un appel à projet auprès de l'ensemble des structures spécialisées en addictologie réalisant des actions de prévention en milieu scolaire. Tab'agir a été retenue par l'ARS pour implanter le programme dans les départements de l'Yonne et de la Nièvre.

La Fédération Addiction reste présente tout au long du déroulement du projet. Les chargés de projets prévention bénéficient de 2 supervisions annuelles au niveau national. Ces moments permettent d'échanger sur les pratiques de chacun des professionnels déployant Unplugged, sur les problèmes ayant pu être rencontrés et de trouver des pistes pour y répondre.

1.4. Mise en place du programme Unplugged au collège Bibracte de Château-Chinon

L'action Unplugged se déroule sur quatre années au sein d'un même établissement. Pour le collège Bibracte, celle-ci a débuté en novembre 2019 et se terminera en juin 2023.

L'association Tab'agir a choisi d'intervenir de manière précoce et d'adresser l'action Unplugged aux élèves de niveau 6^e.

Après la première année de coanimation, les personnes référentes du projet seront amenées à gagner en autonomie dans la mise-en-œuvre du programme. À terme, ils pourront animer la plupart des séances de façon indépendante. Pour cela, la chargée de projet prévention Tab'agir coanimera :

- En année 1, toutes les séances ;
- En année 2, 9 séances ;
- En année 3, 6 séances ;
- En année 4, 3 séances.

Les trois séances spécifiques « conduites addictives » seront toujours coanimées avec un professionnel de la prévention.

Ce bilan décrit la troisième année d'action durant l'année scolaire 2021-2022.

1.5. Les acteurs du projet

L'association Tab'agir :

Mme RONDEAU, chargée de projets prévention est la personne référente de ce projet dans la Nièvre. Pour cette 3^e année d'action, elle s'est rendue au sein de l'établissement pour les 12 séances comme il y avait un nouveau co-animateur. Mme HADDAD, référente prévention 89/58, accompagne et supervise le projet. Mme AMELOT, directrice suit le projet tout au long de l'année.

Le collège Bibracte de Château-Chinon :

Tout d'abord, par son principal adjoint M. CHAUMEREUIL qui s'implique dans l'action et aussi par le personnel de l'établissement ayant été formé pour coanimer les séances Unplugged, Mme REGNART (infirmière scolaire) qui anime pour la 3^e année consécutive et Mme CARAVAGGI (professeur de français et professeur principal des 6^e) qui a été formée les 8 et 9 novembre 2021 par la Fédération Addiction.

La Fédération Addiction :

Elle intervient pour la formation des professionnels et enseignants. Elle est présente tout au long du déroulement du programme et organise des temps de supervision régionale afin d'échanger sur les

⁵ Institut National du Cancer

pratiques des professionnels de prévention réalisant Unplugged et sur les problèmes qui ont pu être rencontrés afin de trouver des pistes pour y répondre. Mme RONDEAU a bénéficié de 2 supervisions.

L'ARS Bourgogne Franche-Comté a financé le projet.

2. DÉROULÉ DU PROGRAMME

2.1. Lancement d'Unplugged

Pour cette 3^e année au sein du collège Bibracte, une rencontre a préalablement eu lieu le 17 septembre 2021 entre Mme RONDEAU, M. CHAUMEREUIL, Mme REGNART et Mme CARAVAGGI pour prévoir l'organisation des séances.

Cette année, le collège ne comptait qu'une seule classe de 6^e de 28 élèves. Il a été choisi de constituer 2 groupes de 14 élèves pour plusieurs raisons :

- La superficie de la salle n'était pas appropriée pour accueillir la classe et réaliser les activités Unplugged,
- Une nouvelle personne a été recrutée pour co-animer les séances en plus de l'infirmière. S'il n'y avait eu qu'un seul groupe, l'infirmière n'aurait pas animé cette année et n'aurait pas eu la possibilité de s'autonomiser en réalisant plus de séances sans la chargée de projets Tab'agir. Cela a également permis de reconstituer un binôme dans l'établissement, ce qui est davantage motivant pour les professionnels.
- Une co-animateuse ayant un handicap (surdité), la constitution de petits groupes a permis que le bruit engendré par les activités soit plus acceptable et la compréhension meilleure.

De plus, les élèves sont divisés en 2 groupes de 14 élèves pour plusieurs enseignements. Il a donc été choisi de garder les sous-groupes existants.

Au vu de l'emploi du temps des élèves, il a été décidé de réaliser les séances les jeudis de 8h55 à 9h50 et de 10h05 à 11h05. La 1^{re} séance a été programmée juste après la formation de Mme CARAVAGGI, elle a eu lieu le 18 novembre 2021.

À la suite de cet échange, les co-animateuses ont travaillé la 1^{re} séance. Elles se sont ensuite réunies tous les jeudis après les 2 séances pour renseigner le questionnaire Santé Publique France et préparer la séance à venir.

2.2. Déroulé des séances

Un livret intervenant a été fourni à chaque animateur à l'issue de la formation Unplugged. Celui-ci décrit pour chaque séance, les objectifs et son déroulement.

Un livret élève, fourni par la Fédération Addiction, a été remis aux jeunes en début de programme. Celui-ci reprend les éléments importants évoqués et doit être complété à l'issue de chaque séance. Comme les séances sont parfois denses, il n'est pas toujours possible de le compléter par manque de temps. Mme CARAVAGGI, étant professeure principale de la classe, s'est proposée de faire ce travail avec les élèves pendant un temps de vie de classe. Le livret a ainsi pu être utilisé et cela a permis d'assurer une continuité entre les séances Unplugged et les cours.

2.3. Construction des séances du projet

Les séances ont été construites selon une trame commune, à savoir :

- ✓ Un rappel de la séance précédente,
- ✓ Une ou plusieurs activités sur la thématique de la séance,
- ✓ Une activité « brise de glace » ou de cohésion de groupe,
- ✓ Un debrief de la séance avec les élèves, suivi d'un résumé sur leur livret,
- ✓ Une courte évaluation des référents du projet pour chaque séance.

2.4. Présentation synthétique des 12 séances



Objectifs :

- Initier une dynamique de groupe
- Recevoir une introduction au programme et aux 12 séances
- Déterminer le cadre de travail

esprit d'équipe

écouter les consignes

donner ses idées

être soi même tous s'écouter

être courageux participer faire connaissance

parler gentillement

donner tout son possible

bonne entente être de bonne volonté



Objectif :

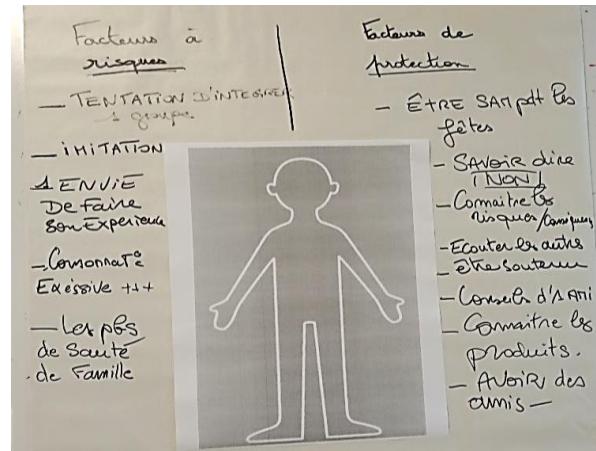
Clarifier les influences et les attentes d'un groupe





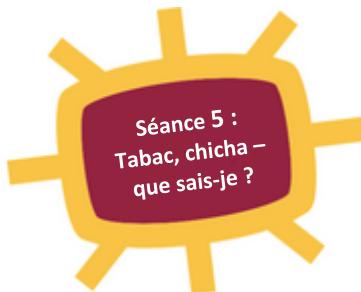
Objectif :

Connaitre les divers facteurs qui influencent les conduites addictives



Objectifs :

- Faire preuve d'esprit critique
- Réfléchir aux différences entre opinions, mythes sociaux et réalité



Objectifs :

- Faire preuve d'esprit critique
- Réfléchir aux différences entre opinions, mythes sociaux et réalité



Objectifs :

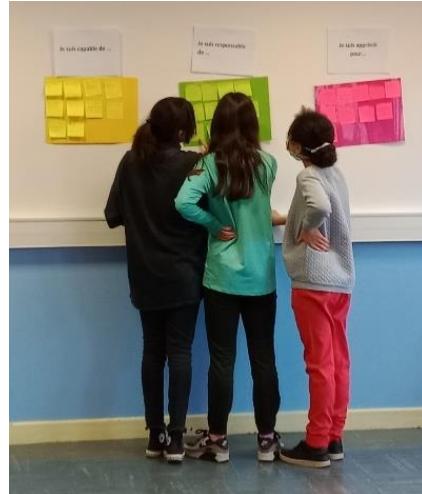
- Identifier ses émotions et apprendre à les communiquer
- Distinguer la communication verbale et non verbale





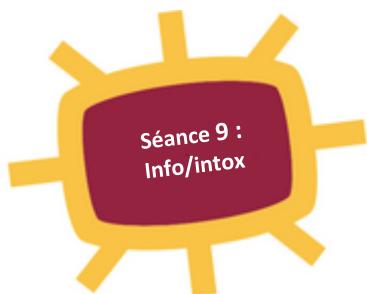
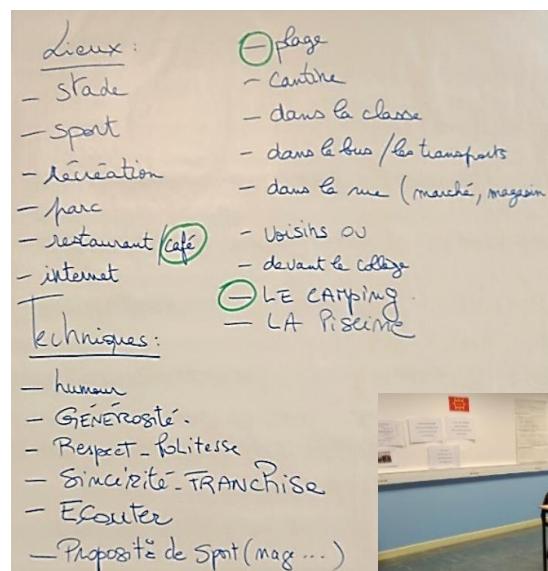
Objectif :

Renforcer la confiance en soi, la capacité à dire non et le respect des autres



Objectifs :

- Apprécier les qualités des autres
- Accepter les réactions positives
- S'exprimer pour se présenter aux autres



Objectifs :

- Identifier les risques relatifs aux consommations de tabac, d'alcool et de cannabis
- Aborder la notion de « substance psychoactive »





Objectifs :

- Identifier des stratégies pour faire face aux événements de la vie
- Identifier et exprimer ses forces

Stratégies mises en place:

- Se présenter à ses nouveaux camarades et leur parler dans la cour.
- Se dire que tout va bien se passer.
- Aider ses camarades.
- Avancer vers les autres.
- Aller
- Trouver une personne seule et se rapprocher d'elle et faire connaissance avec ses ami.e.s.
- Garder le contact avec ses proches (téléphone, visites)
- Faire connaissance au collège.
- S'inscrire à un nouveau club.
- Manger, dormir, croquer quelque chose → pour déstresser.



Objectifs :

- Résoudre les problèmes de façon structurée
- Développer sa pensée créative

PLAN DE RÉSOLUTION DES PGs
en 5 ÉTAPES :

- 1^{er} IDENTIFIE LES PROBLÈMES
(+ Puisamment poser)
- 2nd ÉNUMÈRE TOUTES LES SOLUTIONS
(le + possible)
- 3rd EVALUE LES SOLUTIONS
(avec avantages et inconvénients)
- 4th DÉCIDE DE LA SOLUTION À RETENIR
ET MET-LA EN ŒUVRE
(- Choisis celle que te convient le + => Acte^e)
- 5th TIRE LES CONCLUSIONS DU CHOIX
QUE TU AS FAIT.
- QU'AS TU APPRIS ?
- " " " CHANGÉ ?
- TE SENS-TU Mieux ? => SINON Restinence le processus -



Objectifs :

- Fractionner les objectifs à long terme en objectifs à moyen terme et à court terme
- Réagir sur le programme



3. Évaluation de l'action

3.1. Questionnaires de satisfaction à destination des jeunes

Un questionnaire de satisfaction est distribué aux jeunes lors de la dernière séance afin de recueillir leur avis et d'apporter des améliorations si nécessaire.

Sur les 28 jeunes ayant participé au programme, seul 20 questionnaires ont été retourné.

Vous trouverez l'analyse ci-dessous.

Question 1 : Note ici, ce que tu as aimé lors des séances Unplugged

20 élèves ont répondu en indiquant parfois plusieurs propositions. Les idées principales qui sont ressorties sont indiquées ci-dessous :



Quelques verbatims laissés par les élèves :

- « J'aime bien qu'Unplugged soit créer pour nous redécouvrir »
- « Quand on est grand, on ne doit pas fumer et c'est super ! Merci beaucoup »
- « En fait, j'ai tout aimé ! »
- « Le travail de groupe, ce que ça pouvait nous apporter comme force »

Question 2 : Quelle séance as-tu préférée ?

20 élèves ont répondu. Les élèves ne pouvaient indiquer qu'une seule proposition.

S1 : BIENVENUE DANS « UNPLUGGED » 5%	S2 : ÊTRE OU NE PAS ÊTRE DANS UN GROUPE 0%	S3 : ALCOOL, RISQUES ET PROTECTION 0%	S4 : ET SI C'ETAIT FAUX ? 5%
S5 : TABAC, CHICHA, QUE SAIS-JE ? 20%	S6 : EXPRIME TES EMOTIONS 5%	S7 : ÊTRE EN CONFIANCE, SAVOIR DIRE NON 10%	S8 : BRISER LA GLACE 5%
S9 : INFOS/INTOX 5%	S10 : LA FORCE EST EN NOUS 10%	S11 : TROUVES DES SOLUTIONS ! 20%	S12 : UNPLUGGED AWARDS 15%

Question 3 : Parmi ce que tu as appris, que pourrais-tu utiliser par la suite ?

20 jeunes ont indiqué une réponse. Ci-dessous les réponses données par les élèves : plus la phrase est écrite en gros caractère, plus le nombre d'élèves l'ayant indiqué est élevé. Une même couleur est attribuée pour un même nombre de réponse donnée.

Utiliser mon imagination	La confiance	Gérer ma colère
M'affirmer	Savoir reconnaître le vrai du faux	
Choisir d'être ou non dans un groupe		Savoir dire non
Informations et techniques apprises		Être plus attentif
Exprimer ses émotions	Régler des problèmes et trouver des solutions	

Question 4 : Note ici, ce qui, pour toi, pourrait être amélioré lors des séances Unplugged

18 jeunes ont donné une réponse. Elles ont été regroupées en catégorie pour faciliter la lecture.

Concernant le programme en général : 8 jeunes ont indiqué qu'il n'y avait rien à améliorer. Quelques verbatims :

« Merci pour ces séances ! »
« J'ai adoré toutes les séances et je me suis beaucoup amusée et j'en garderai de bons souvenirs »
« Merci beaucoup »
« Tout était super, toutes les activités, les jeux de rôles... 😊 »

Concernant le groupe : 4 jeunes auraient aimé choisir le groupe dans lequel ils travaillaient. 1 a trouvé que les cartes pour répartir les jeunes dans les groupes de manière aléatoire était parfois complexe. 1 jeune aurait amélioré la participation et l'intégration.

Concernant le contenu des séances : 4 jeunes auraient souhaité plus de séances et d'activités.

3.2. Questionnaire à destination des coanimateurs

a. Questionnaire d'évaluation de Santé Publique France

A la fin de chaque séance, les co-animateuses ont répondu à un questionnaire d'évaluation en ligne, construit par Santé Publique France. Ci-dessous, quelques retours.

- **Les activités pédagogiques ont été entièrement réalisées, partiellement ou non réalisées ?**
Voici les retours par classe (S correspond à séance) :

Classe	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12
6 ^e G1	3/5	5/5	3/4	6/6	5/6	4/4	7/7	4/4	4/4	5/5	6/7	6/6
6 ^e G2	4/5	5/5	3/4	6/6	5/6	4/4	7/7	4/4	4/4	5/5	6/7	6/6

X/X = nombre d'activités réalisées/nombres d'activités prévues

On observe que pour 8 séances, toutes les activités ont été réalisées pour les 2 groupes. Il s'agit des mêmes séances pour les 2 co-animateuses. Pour les 4 séances restantes, ce sont principalement les réflexions personnelles qui n'ont pas eu lieu car comme il a été expliqué auparavant une des co-animateuses étant la professeure principale, elle a réabordé les séances quelques jours après avec les jeunes en utilisant le livret élève. La réflexion personnelle a été faite lors de ces moments.

A la fin du programme, un dernier questionnaire de conclusion plus approfondi est proposé. Il aborde notamment les points suivants :

- **Capacité du co-animateur à animer seul les séances :**

Il a été demandé aux co-animateuses de dire sur quelles séances elles se sentaient d'animer seule. Voici un tableau récapitulatif par séance :

	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12
6 ^e G1	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
6 ^e G2	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

Nous pouvons observer que la co-animateuse qui réalise les séances depuis 3 ans se sent capable d'animer seule 11 séances sur 12. L'animatrice en année 1, 6 séances.

- **Amélioration des relations entre les élèves :**

Les 2 co-animateuses ont répondu : « oui, beaucoup ».

- **Amélioration des relations entre les élèves et l'équipe éducative :**

Les 2 co-animateuses ont répondu : « oui, beaucoup ».

b. Questionnaire de satisfaction

Un questionnaire a été remis aux co-animateuses après la dernière séance afin d'avoir un retour de leurs expériences avec le programme Unplugged. Plusieurs thèmes étaient abordés, voici quelques retours :

Question 1 : Les temps de préparation des séances

Pour la co-animateuse dont c'était la 1^{ère} année « Chronophage mais indispensable et très enrichissant ». La co-animateuse dont c'était la 3^e année les a trouvés « suffisants ».

Question 2 : Les débriefings en fin de séance

Les co-animateuses ont été satisfaites de ces moments et les ont trouvés utiles : « Essentiels ! Les échanges et le partage d'expérience sont précieux ».

Question 3 : La répartition des rôles lors de l'animation avec la chargée de projets

La répartition a été réalisée en amont de la séance et d'un commun accord avec chaque co-animateuse. « Bien, bonne entente », « Chloé a été une préventrice très souple et à l'écoute ».

Question 4 : L'encadrement et la participation de la classe (écoute, cohésion de groupe, interactivité, évolution courant les 12 séances...)

Les 2 co-animateuses ont observé une importante évolution du groupe « Belle évolution des comportements dans la classe. Prises de conscience qui ont fait progresser la classe vers plus d'empathie », « Acceptation de travailler les uns avec les autres ».

Question 5 : Votre relation avec les élèves de la classe

Les séances Unplugged ont permis d'accentuer la relation présente entre les jeunes et la professeure principale « Plus d'échanges, d'écoute et de réflexion. Confiance et respect plus marqués, démontrés ». Elles ont également permis à l'infirmière de mieux connaître les élèves de 6^e « Très bonne relation avec les élèves. Respect, confiance et écoute ».

Question 6 : Quel est votre avis général concernant le programme Unplugged ?

Les co-animateuses trouvent qu'il est « enrichissant, efficace, devrait être obligatoire ! ». Elles voient les bénéfices du programme et souhaiteraient « faire évoluer le programme dans les classes supérieures en adaptant le discours et les contenus ».

Question 7 : De manière générale, comment avez-vous vécu cette 1^{re} ou 3^e année d'Unplugged ?

La co-animateuse en 1^{re} année l'a « très bien » vécu. Elle ajoute « Le programme est clair, bien détaillé et la formation très complète. De plus, l'établissement a tout mis en œuvre pour que l'action se fasse optimalement ». Quant à la co-animateuse en 3^e année, elle a indiqué être « beaucoup plus à l'aise ».

4. Bilan global de l'action

➤ Points positifs :

- L'engagement du principal adjoint a été un levier important pour le bon déroulement du programme,
- L'investissement, le dynamisme et l'engagement des co-animateuses a permis de réaliser l'ensemble des séances,
- La participation de la professeure principale a permis que les livrets élèves soient utilisés sur un temps de vie de classe et les notions reprises en cours,
- L'intérêt des jeunes pour le programme, leur participation et dynamisme,
- L'évolution des jeunes.

➤ Points à améliorer :

- 4 élèves allophones étaient présents dans la classe, 2 élèves traduisaient les consignes mais la barrière de la langue a compliqué la compréhension et par conséquent la participation de ces élèves.

5. Conclusion

Le programme Unplugged s'est terminé le 14 avril 2022. Il se sera déroulé sur une période plus longue que prévu car 6 séances ont dû être reportées (Covid et absences des co-animateuses pour raison médicale). Grâce à l'inclusion du programme dans l'emploi du temps des jeunes dès le début d'année scolaire, l'engagement des co-animateuses et de l'établissement ainsi que l'adhésion des jeunes, les séances ont été reprogrammées et l'intégralité du programme a pu être réalisé auprès des 28 élèves de 6^e bénéficiaires.

Nous remercions l'équipe du collège Bibracte et plus particulièrement M. CHAUMEREUIL pour son engagement ainsi que Mme REGNARD et Mme CARAVAGGI pour leur implication et leur dynamisme dans le projet.

Bravo à tous pour cette 3^e année !

Nous nous retrouvons en 2022-2023 pour la quatrième année de mise en place d'Unplugged !

Tab'agir remercie également :

- La Fédération Addiction pour son suivi et son soutien durant la mise en place d'Unplugged,
- L'Agence Régionale de Santé Bourgogne Franche-Comté, financeur du projet.

6. Annexes

A. Présentation des 12 séances Unplugged



Séance	Titre	Activités	Objectifs	Point fort
1	Bienvenue dans Unplugged	Introduction, travaux de groupe, charte de classe	Initier une dynamique de groupe, recevoir une introduction au programme et à ses 12 séances, déterminer le cadre de travail	Information
2	Être ou ne pas être dans un groupe	Jeu de rôle, débat en plénière	Clarifier les influences et les attentes du groupe	Intra-personnel
3	Alcool, risques et protection	Travaux de groupe, activités créatives	Connaitre les divers facteurs qui influencent les conduites addictives	Information
4	Et si c'était faux ?	Présentation, débat en plénière, travaux de groupe	Faire preuve d'esprit critique, réfléchir aux différences entre opinions, mythes sociaux et réalité	Intra-personnel
5	Tabac, chicha – que sais-je ?	Quiz, débat en plénière, jeu de rôle	Faire preuve d'esprit critique face à la consommation de tabac, connaître ses effets	Information
6	Exprime tes émotions	Débat en plénière, travaux de groupe, activités créatives	Identifier ses émotions et apprendre à les communiquer, distinguer la communication verbale et non verbale	Inter-personnel
7	Être en confiance, savoir dire non	Débat en plénière, travaux de groupe, jeu de rôle	Renforcer la confiance en soi, la capacité à dire non et le respect des autres	Intra-personnel
8	Briser la glace	Jeu de rôle, débat en plénière	Apprécier les qualités des autres, accepter les réactions positives, s'exprimer pour se présenter aux autres	Intra-personnel
9	Infos / Intox	Travaux de groupe, quiz	Identifier les risques relatifs aux consommations de tabac, d'alcool et de cannabis, aborder la notion de « substance psychoactive »	Information
10	La force est en nous	Présentation, débat en plénière, travaux de groupe, activités créatives	Identifier des stratégies pour faire face aux événements de la vie, identifier et exprimer ses forces	Inter-personnel
11	Trouve des solutions !	Présentation, débat en plénière, travaux de groupe	Résoudre les problèmes de façon structurée, développer sa pensée créative	Inter-personnel
12	Unplugged awards	Conclusion, travaux de groupe, débat en plénière, moment convivial	Fractionner les objectifs à long terme en objectifs à moyen terme et à court terme, réagir sur le programme	Inter-personnel

B. Article de presse

« Des compétences à développer » paru dans le journal et sur le site internet du Journal du Centre le 26 avril 2022

Morvan

CHÂTEAU-CHINON ■ La troisième année du programme Unplugged est terminée

Des compétences à développer

Les élèves de la classe de 6^e au collège Bibracte de Château-Chinon ont été sensibilisés aux conduites addictives et au développement de leurs compétences psychosociales.

Le projet Unplugged est un programme de prévention des conduites addictives en milieu scolaire, financé par l'ARS et mis en place par l'association Tab'agir. Il s'agit d'un programme probant qui a été évalué dans plusieurs pays européens et qui a montré des effets bénéfiques chez les jeunes ayant participé. Il aborde le tabac, l'alcool et le cannabis. L'objectif étant d'informer les jeunes sur ces trois substances, et de développer leurs compétences psychosociales.

Jeux de rôles et temps d'information

« Il s'agit de compétences de vie, comme savoir résoudre des problèmes, avoir une pensée critique, communiquer avec les autres, gérer son stress et ses émotions » explique Chloé Rondeau, chargée de projet prévention 58 à l'association Tab'agir.

Il est important de développer ses compétences dès le plus jeune âge. Pendant ces douze séances, des activités de mises en si-



RÉCOMPENSES. Les élèves de 6^e du collège Bibracte lors de la remise de diplômes.

tuations, des jeux de rôles et des temps d'information et d'échanges ont été proposés. La notion de groupe et les influences qui peuvent exister ont également été abordées.

Ce programme a apporté beaucoup de choses aux élèves. « Il y a une meilleure écoute entre eux, le développement d'une empathie concrète et tangible » confie Gaëlle Caravaggi, professeure principale et professeure

de français. Pour co-animer ce programme, elle a dû suivre une formation de deux jours très intenses. « Cette formation a été très enrichissante car j'ai été formée à une autre façon d'enseigner, d'apprendre les choses aux élèves sur des compétences transversales, j'ai beaucoup appris sur moi ».

Tab'agir propose un accompagnement des établissements

pendant quatre ans, ensuite les professionnels seront autonomes et pourront proposer ce programme seuls dans les établissements. C'est à l'issue de la douzième séance d'une heure que les élèves de la classe de 6^e du collège Bibracte de Château-Chinon ont été récompensés pour leurs implications et assiduités. Le programme sera réitéré l'an prochain pour la quatrième année. ■

C. Interview

Chloé RONDEAU, chargée de projets prévention Tab'agir et Gaëlle CARAVAGGI, co-animateuse Unplugged ont répondu à Elise MARCEAU, journaliste à Radio Morvan le 14 avril 2022.